

Panorama

- Im Test: Insulingabe ohne Nadelstich 6
- Kein „Dünger für Krebszellen“ 8
- Steinmeier ist Schirmherr 9

Aktuell

- ▶ Weltdiabetestag am 14. November:
„Schützen Sie unsere Zukunft“ - Umfrage 10
- Europ. Gesellschaft für Diabetesforschung:
Experten diskutieren international in Berlin 14
- „Bewahren Sie Ihr Augenlicht“:
Das viele Wissen nun auch umsetzen! 18
- Neues Kochbuch „Mit Lafer leicht genießen“:
Lafer macht gesunden Genuss nachkochbar 21
- ▶ Deutscher Diabetiker Tag am 10. November 22
- Memo - Neues aus der Forschung 24
- Aktuelles von diabetesDE 26

Titelthema

- ▶ **Mit Insulin richtig umgehen 30**
- Der Überblick:
So sieht die perfekte Insulintherapie aus 32
- Im Restaurant, daheim, als Gast: Perfekt
mit Insulin umgehen - bei jedem Anlass 36
- Kleiner Überblick: Pens & Co -
Hilfsmittel für die Insulintherapie 40
- ▶ So funktioniert es:
Insulintherapie in allen Lebenslagen 42

Fitness/Wellness

- Rosi Mittermaier und Christian Neureuther:
Nordic Walking - Trainingstipps 46

Medizin

- ▶ Gewusst wie:
Diabetes und Sauna? Na klar! 48
- Sprechstunde 52

Blutzuckerteststreifen: Roche Diagnostics
und Bayer senken die Preise **54**

Was Laufeinsteiger mit Diabetes beachten
sollten: „Falscher Ehrgeiz ist fehl am Platz“ **56**

Gesundheitspolitik

Negative CGM-Entscheidung:
keine Kostenübernahme **58**

Soziales

Kontinuierliche Glukosemessung: „Habe
den Kampf um die Verordnung gewonnen“ **60**

Diabetes life

Mein größter Traum: Umrundung des
heiligen Berges Kailash in Tibet **64**

Blinde führen - Unterzuckerung erkennen **66**

„Zucker zähmen“: Die 5 besten Thera-
pien für den Sieg über die Zuckerwerte **68**

Verbände

Deutscher Diabetiker Bund **70**

Neues aus dem Bundesvorstand **72**

Aus den Landesverbänden **76**

Info-Box

Ausprobiert: Accu-Chek FastClix **84**

Meldungen / Lebensmittel-Check **86**

Essen & Trinken

Weihnachtsbäckerei **88**

Rezepte **92**

Rubriken

Blickwinkel **29**

Denkmal - das Rätsel **83**

Zum guten Schluss **98**

Vorschau / Impressum **99**